



Klangentspannung – Workshops

Erlebe bei jedem Workshop eine ganz besondere „Me-Time“ als Urlaub vom Alltag. Jeder Workshop hat seinen eigenen Fokus, von dem du etwas für dich und deinen Alltag mitnehmen kannst.

Lausche bei jeder Klangentspannung Mantren, Gesängen und verschiedenen Instrumenten wie Harfe, Klangschalen, Monochord, Fen-Gong, Sansula, Tamboura, Shruti, Harmonium, Zaphir, Zimbeln & Aureliophone.

Entspanne bei jeder Veranstaltung in einem einzigartigen Klangbad und komme in eine tiefe Regeneration. Tanke Kraft für deinen Alltag und Licht für dein inneres Strahlen.

Du erhältst bei jedem Workshop etwas zum Mitnehmen, bekommst Getränke, uvm.

- | | | | |
|--|--------------------|---|----------------|
| 28.09. | 14:00-15:30 | Sei wie ein Lotus | 50 € pP |
| Der Lotus arbeitet sich durch den Schlamm und tritt dann ans Licht. Lasse Altes, was dir nicht mehr dienlich ist mit Ritualen hinter dir. Bringe dein inneres Licht zum Strahlen. Der Lotos war schon bei den alten Ägyptern eines der wichtigsten Symbole für Regeneration und Auferstehung. Abschließend entspannst du in einer Klangreise + Klangbad. | | | |
| 26.10. | 14:00-16:00 | Klangreise durch deine Chakren + Klangbad | 70 € pP |
| Erlebe eine geführte Reinigungsmeditation durch deine Chakren. Verbinde dich mit Körper, Geist und Seele und deiner inneren Wahrheit. Wir unterstützen dies mit dem Tönen der Chakren, Chakrenstimmgabeln und Mantren. Erhalte einen Chakrensteinschmeichler. | | | |
| 23.11. | 14:00-15:30 | Kristall-Klangreise Geborgenheit + Klangbad | 60 € pP |
| Erfahre Geborgenheit in Klängen und einer Fantasiereise. Du erhältst bei dieser Klangreise einen Rosenquarz, den du mitnehmen darfst. | | | |
| 07.12. | 14:00-15:30 | Kakaozeremonie, Klangmeditation und Klangbad | 60 €pP |
| Erlebe eine stimmungsvolle Kakaozeremonie und verbinde dich mit deiner inneren Wahrheit. Trenne dich in einer geführten Klangmeditation von dem, was dir nicht dienlich ist und lade deinen Energiehaushalt mit positiven Affirmationen auf. | | | |
| 29.12. | 18:00-20:30 | Raunachts-Rituale mit Klang, Kakaozeremonie + Klangbad | 60 €pP |
| Erlebe in einer kleinen Gemeinschaft ausgewählte Raunachts-Rituale mit Klang, verabschiede dich vom alten Jahr. Lade mit einer Kakaozeremonie Neues ein und verankere Wünsche und Ziele in einer Klangmeditation mit Klangbad. | | | |
| 18.01. | 14:00-15:30 | Kristall-Klangreise Weite und Klarheit + Klangbad | 60 €pP |
| Erfahre Weite und Klarheit in Klängen und einer Fantasiereise. Du erhältst bei dieser Klangreise einen Bergkristall, den du mitnehmen darfst. | | | |
| 08.02. | 14:00-15:30 | Klangreise in die innere Stille | 50 €pP |
| Mache eine kleine innere Pilgerreise durch eine klangvolle Winterwelt in deine innere Stille, lausche Mantren, Gesängen vom Jakobsweg und Hildegard von Bingen. | | | |

Ort: Studio Beweggrund (Seilerstr. 19 (Hinterhof), Wolfsburg)
Kursleiterin: Eva-Maria Karras (info@evamariakarras.de, 0172 6588073)
Ermäßigung: 25% für Studierende, Schüler*innen, Renter*innen, bei Unterstützung vom Jobcenter u.Ä., Schwerbehinderte
(entsprechende Nachweise sind vorzulegen)